

**HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT TUNGKAI, KECEPATAN LARI  
DAN KELINCAHAN DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA  
PADA SISWA PESERTA SEKOLAH SEPAKBOLA (SSB) PIYAMAN  
WONOSARI**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**



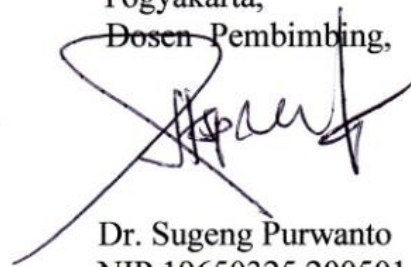
**Disusun Oleh:  
ABDUL RAHMAN  
07601244250**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
JUNI 2012**

## **PERSETUJUAN**

Skripsi dengan judul “Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Kecepatan Lari dan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola pada Siswa Peserta SSB Piyaman” ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta,  
Dosen Pembimbing,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Sugeng', is written over a large, stylized 'X' mark.

Dr. Sugeng Purwanto  
NIP 19650325 200501 1 002

## PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Kecepatan Lari dan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola pada Siswa Peserta Sekolah Sepakbola (SSB) Piyaman Wonosari” ini telah dipertahankan didepan Dewan Penguji pada tanggal 8 Mei 2012 dan dinyatakan lulus.

## DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	TandaTangan	Tanggal
1. Dr. Sugeng purwanto	Ketua Penguji		5/6/12
2.Fathan Nurcahyo, M.Or	Sekretaris Penguji		1/6/2012
3. Joko Purwanto, M.Pd	Penguji I ( utama)		29/5/12
4. Saryono, M.Or	Penguj II (pendamping)		31/5/12

Yogyakarta, Juni 2012  
Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dekan,



Drs. Rumpis Agus Sudarko, MS  
NIP. 19600824198601 1 001

## **SURAT PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta,  
Yang menyatakan,



Abdul Rahman  
NIM 07601244250

## **MOTTO**

- ✓ **Tiada suatu hasil yang bisa dicapai tanpa ketekunan dan pengorbanan bisa diberikan terus menerus tanpa keyakinan, tiada keyakinan bisa bertahan tanpa menyadari untuk apa semua ini.**
- ✓ **Hidup tidak ada yang sempurna hanya dengan niat yang tekun disiplin tinggi dan pengorbanan mengubah segalanya.**

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya dedikasikan kepada :

✚ **Bapak Sugiman dan Ibu Sumartini orang tua tercinta**

Yang telah mencurahkan segalanya untuk putramu

✚ **Keluarga saya ( Mas Agung, Mbak Tari dan Nabila), dan teman-teman**

**PJKR F**

Yang selama ini memberikan dorongan semangat

**HUBUNGAN ANTARA KEKUATAN OTOT TUNGKAI, KECEPATAN LARI  
DAN KELINCAHAN DENGAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA  
PADA SISWA PESERTA SEKOLAH SEPAKBOLA (SSB) PIYAMAN  
WONOSARI**

**Oleh:  
Abdul Rahman  
07601244250**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kekuatan otot tungkai ( $X_1$ ), kecepatan lari ( $X_2$ ), dan kelincahan ( $X_3$ ) dengan keterampilan menggiring bola ( $Y$ ) dalam permainan sepakbola pada siswa peserta SSB Piyaman Wonosari.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasi, menggunakan metode *survey* dengan teknik tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa sekolah sepakbola (SSB) Piyaman Wonosari yang berjumlah 40 siswa. Sedangkan instrumen yang digunakan adalah tes kekuatan otot tungkai, tes kecepatan lari, dan tes kelincahan, sedangkan tes keterampilan menggiring bola menggunakan tes menggiring bola (Nurhasan: 2001 : 14). Teknik analisis data menggunakan korelasi *product moment* dan korelasi ganda, melalui uji prasyarat, uji normalitas dan uji linieritas.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) ada hubungan yang sangat signifikan ( $r = -0,540$   $p = 0,000$ ) antara kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menggiring bola; (2) Tidak ada hubungan ( $r = 0,302$   $p = 0,058$ ) antara kecepatan lari dengan keterampilan menggiring bola; (3) ada hubungan yang sangat signifikan ( $r = 0,638$   $p = 0,000$ ) antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola siswa sekolah sepakbola (SSB) Piyaman Wonosari.

*Kata Kunci : Kekuatan Otot Tungkai, Kecepatan Lari, Kelincahan,  
Keterampilan Menggiring Bola.*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini berjudul “Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kecepatan Lari dan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola pada Siswa Peserta Sekolah Sepakbola (SSB) Piyaman Wonosari”

Skripsi ini dapat selesai berkat bantuan, bimbingan, serta dorongan semangat dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis menyampaikan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd, M.A sebagai Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk belajar di Universitas Negeri Yogyakarta
2. Drs. Rumpis Agus Sudarko, MS., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
3. Amat Komari, M. Si., selaku Ketua Jurusan POR FIK UNY yang telah banyak memberikan kemudahan dalam penelitian ini.
4. Dr. Sugeng Purwanto, selaku Pembimbing Skripsi yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dukungan dan motivasi selama penyusunan skripsi,.
5. Bapak Caly Setiawan, M. S., Dosen PA yang telah memberikan kelancaran dalam kuliah.



6. Bapak dan Ibu Dosen dan Karyawan yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
7. Orang tua yang telah memberi semangat, dukungan dan perhatian serta memberikan doannya setiap saat.
8. Rekan-rekan Mahasiswa PJKR angkatan 2007.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari sepenuh hati, bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kelengkapan skripsi ini.

Penulis berharap semoga hasil skripsi ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan khususnya dan bagi semua pihak pada umumnya. Dan penulis berharap skripsi ini mampu menjadi salah satu bahan bacaan untuk acuan pembuatan skripsi selanjutnya agar menjadi lebih baik.

Yogyakarta,

Penulis

## DAFTAR ISI

	Hal
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
<b>BAB I. PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>8</b>
A. Deskripsi Teori.....	8
1. Hakekat Permainan Sepakbola .....	8
2. Teknik Dasar Permainan Sepakbola.....	9
3. Kekuatan Otot Tungkai Tungkai .....	12
4. Kecepatan .....	12
5. Kelincahan .....	20
6. Hubungan Kekutan Otot Tungkai dengan keterampilan MenggiringBola pada Permainan Sepakbola.....	24
7. Hungan Kecepatan Lari dengan Keterampilan Menggiring Bol apada Permainan Sepakbola.....	24
8. Hubungan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola pada Permainan Sepakbola .....	26
9. Hubungan Kekuatan otot Tungkai, Kecepatan dan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola.....	27
10. Karakteristik Peserta SSB Piyaman.....	29
B. Penlitian yang Relevan.....	31
C. Kerangka Berpikir .....	33
D. Hipotesis.....	33
<b>BAB III. METODE PENELITIAN.....</b>	<b>35</b>
A. Desain Penelitian.....	35
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	36

C. Subyek Penelitian .....	37
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data .....	37
E. Teknik Analisis Data .....	42
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	45
A. Deskripsi Lokasi, Waktu dan Subjek Penelitian .....	45
B. Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	45
C. Hasil Uji Prasyarat .....	50
D. Pengajuan Hipotesis .....	52
E. Pembahasan .....	55
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	58
A. Kesimpulan.....	58
B. Implikasi Hasil Penelitian .....	58
C. Keterbatasan Hasil Penelitian.....	59
D. Saran .....	60
DAFTAR PUSTAKA .....	61
LAMPIRAN .....	63

## DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 1.     Distribusi Frekuensi Variabel Kekuatan Otot Tungkai .....	46
Tabel 2.     Distribusi Frekuensi Variabel Kecepatan Lari .....	47
Tabel 3.     Distribusi Frekuensi Kelincahan .....	48
Tabel 4.     Distribusi Frekuensi Variabel Hasil keterampilan Menggiring Bola. ....	49
Tabel 5.     Rangkuman Hasil Uji Normalitas ( <i>kolmogororow-smirnov</i> ). ....	51
Tabel 6.     Rangkuman Hasil Uji Linieritas .....	51
Tabel 7.     Rangkuman Uji Hipotesis Pertama .....	53
Tabel 8.     Rangkuman Uji Hipotesis Kedua .....	53
Tabel 9.     Rangkuman Uji Hipotesis Ketiga .....	54
Tabel 10.    Rangkuman Uji Hipotesis Keempat .....	55

## DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 1. Grafik Hubungan Variabel Penelitian .....	35
Gambar 2. <i>Lag and Back Dynamometer</i> .....	39
Gambar 3. Tes Kecepatan Lari .....	40
Gambar 4. Tes kelincahan <i>dodging run</i> .....	40
Gambar 5. Diagram Lapangan Tes Menggiring Bola .....	42
Gambar 6. Diagram Variabel Kekuatan Otot Tungkai .....	47
Gambar 7. Diagram Variabel Kecepatan Lari .....	48
Gambar 8. Diagram Variabel Kelincahan .....	49
Gambar 9. Diagram Hasil Ketrampilan Menggiring Bola .....	50

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Hal</b>
Lampiran 1. Permohonan Ijin Penelitian .....	64
Lampiran 2. Pemberian Ijin Penelitian.....	65
Lampiran 3. Surat Keterangan Pengambilan Data .....	66
Lampiran 4. Sertifikat Penerimaan Alat.....	67
Lampiran 5. Surat Peminjaman Alat.....	69
Lampiran 6. Petunjuk Pelaksanaan Pengambilan Data.....	70
Lampiran 7. Hasil Pengambilan Data .....	73
Lampiran 8. Foto Pengambilan Data .....	77
Lampiran 9. Olahdata Penelitian Deskripsi .....	79
Lampiran 10. Uji Normalitas .....	80
Lampiran 11. Uji Linieritas.....	81
Lampiran 12. Uji Korelasi .....	84
Lampiran 13. Uji Regression .....	85